GRENZENLOS WANDERN

Wichtige Tourentipps auf einen Blick





VISIT…

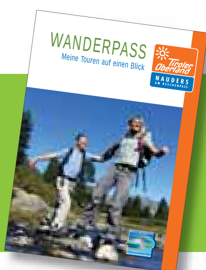
LANZAROTE Caliente.com

GRENZENLOS WANDERN

Erleben Sie beeindruckende Momente, Ausblicke und Naturschauspiele inmitten der malerischen Wanderlandschaft Nauders am Reschenpass.

Über 300 km markierte Wanderwege in und um Nauders am Reschenpass bieten den Freiraum für einen erlebnisreichen Bergsommer. Für jedes Schritttempo ist die passende Route dabei. Von leichten Talwanderungen, gemütlichen Bergwanderungen, anspruchsvollen Trekkingausflügen über Extrembergtouren bis hin zu Kletterpartien in Fels und Eis. Oft laden gemütliche Almen und Hütten zur stärkenden Einkehr ein.

Auf den folgenden Seiten sind die Touren, die im Rahmen des Wochenprogrammes geführt werden, beschrieben.



NEU – DER WANDERPASS

... holen Sie sich Ihren persönlichen Wanderpass gegen eine Gebühr von € 3,– im Infobüro Nauders. Wir verleihen Ihnen die Wandernadel in Bronze, Silber, Gold und eine eigene für Kinder!

AUSRÜSTUNG & KARTENMATERIAL

„Blaue" Wanderungen

> leichte Wander- oder Trekkingschuhe mit Profilsohle
> Kleidung angepasst an Wetter und Temperatur: gerne kurze Hose und Funktionsshirt bei Sonnenschein, im Rucksack aber auch lange Hose und Regenschutz
> Tagesrucksack mit Trinkflasche, leichtem Proviant und Sonnenschutz
> Kamera, Fernglas, Handy, Erste Hilfe

„Rote" und „schwarze" Bergtouren wie oben, jedoch zusätzlich ...

> feste Trekking- oder Bergschuhe mit Gummiprofilsohle
> Anorak mit Kapuze, Überhose, Mütze und Handschuhe
> Teleskopstöcke
> Stirnlampen evtl. Klettergurte (Verleih)
> beachten Sie bitte, dass der Führer Sie insbesondere bei ungenügendem Schuhwerk nicht mitnehmen kann
> Routenänderungen wegen Wetterbedingungen und Konditionsmängel sind möglich
> Wunschtouren und Sondertouren werden angeboten – bitte im Info-Büro Nauders oder bei den Führern erkundigen!

Kartenmaterial und Wanderführer (erhältlich im Info-Büro Nauders):

- AVS-Wanderkarte Nauderer Berge
- Kompass-Wanderkarte Oberes Vinschgau
- weitere Wegbeschreibungen finden Sie im „Wanderführer Nauders"



NOTRUF-NUMMERN
Alpiner Notruf (Bergrettung) Tel.: 140 / Rettung Tel.: 144

Weisskugel Palla Bianca 3557 m
Bärenbartkogel 3557 m
Freibrunnerspitze 3371 m
Falbanairspitze 3200 m
Mitterlochspitze 3171 m
Danzebell 3145 m
Cevedale 3769 m
Königsspitze 3851 m
Ortler 3905 m
Watles
Seebodenspitze 2859 m
Dreisprachen Spitze
Rasass Spitze 2941 m
Piz Sesvenna 3204 m
Grionkopf 2896 m
Spitzige Lun 2323 m
Meran
Mals
Schweiz
Plawenn
Oberdörferalm 2057 m
Zerzertal
Bruggeralm 1921 m
St. Martin
Elfer 2925 m
Zehner 2674 m
Zwölfer 2670 m
Fallungspitze 2644 m
Fallungtal
Grionttal
Nauderer Hennensiegel 3004 m
Weisskugelhütte 2544 m
Masseben Alm 2267 m
Melageralm
Langtaufers
Ganderbild-spitzen 2899
Großer Schafkopf 3000 m
Wölfeleskopf
Mataunkopf 2895 m
Pedroscharte
Plamorter Spitze 2982 m
Jaggl (Endkopf) 2652 m
Ochsenberg
Kapron Alm
Klopaierspitze 2922 m
Grauner Alm
Fischerhäuser
Dorfl
Haidersee
Haideralm 2120 m
Bergkastelspitze 2912 m
Klettersteig
Rossbodenalm 2669
Kleiner Schafkopf 2742 m
Piengkopf 2808 m
Goldseen 2555 m
Einstieg
Goldweg (B)
Tirolerweg (A)
Ganderbild
LANGTAUFERER HÖHENWEG
St. Valentin 1470 m
Schöneben 2087 m
Inner Nockenkopf 2772 m
Gueser Kopf 2850 m
Tscheyeck 2666 m
Saletztal
Graun 1520 m
Greinhof 1550 m
Plamort 2000 m
Reschensee
Schihütte S.C. Reschen
Rojental
Ausserer Nockenkopf 2772 m
Goldseeweg
ALMWANDERWEG
Bergkastel 2200 m
Girnhof 1500 m
Rojen 1968 m
Piz Lad 2808 m
Piz d'Ajüz 2755 m
Schartlkopf 2810 m
NAUDERER HÖHENWEG
Reschen 1520 m
Piz
Honenegger
Goaspleisenkopf 2721 m
Valdafurner Kopf
Valdafuralm 2200 m
Piengalm 1990 m
Etsch Quelle
Froy
Valliert Eck
Reschner Alm 2000 m
Kompatschhof
Dreiländerblick
Alpencamping
Tendersshof 1666 m
Großer Mutzkopf 1987 m
Dreiländer Grenzstein 2144 m I/Ö/CH
Gamortal
Goldseehütte 1857 m
Nauderer Skihütte DAV
Ebene 2555 m
Lärchenalm
Fuhrmannsloch
Schmalzkopf 2728 m
Ferminzerkopf 2410 m
Grüner See 1836 m
Schwarzer See 1712 m
Tiefhof 1574 m
Riatschhof 1522 m
Kleiner Mutzkopf 1812 m
Losschrofen
Naturschutzgebiet
NATURLEHRPFAD
Rosskopf
Stableshof 1816 m
Novelleshof 1694 m
Labaunalm 1977 m
Nauders 1394 m
Schloss Naudersberg
Fluchtwand 2328 m
Alter Wasserwaalweg
Mösle
nach Scuol St. Moritz
Engadin
Parditschhof 1653 m
Norbertshöhe
Martinsbruck
Bazahler Kopf 2160 m
Schöpfwarte Innblick 1438 m
Selleskopfe 1644 m
Inn
nach Pfunds Landeck
Hochfinstermünz
Feste Altfinstermünz
Klettergarten Finstermünz
Sperrfort Nauders



LEICHTE WANDERUNGEN „BLAU“

Geschichtliche Wanderung Selleskopfe 1.644 m

1 Rundwanderung über die Lochmühle Gmoanboden 2 Selles – Zettler Alm – Innblick – Norbertshöhe mit Besichtigung der Kaverne und Befestigungsanlagen auf Selles.

Höhenmeter: ↑ 350 m ↓ 350 m | **Gehzeit:** ca. 4 Std.



Rundwanderung Kleiner Mutzkopf 1.812 m – Naturdenkmal Schwarzer See – Grüner See

9 Auffahrt mit dem Mutzkopflift und über den Kleinen Mutzkopf zum Schwarzen See mit seinen Seerosen. 5 Weiter zum Grünen See. „Klein Kanada“ nennen wir dieses Naturjuwel. Badehose und Handtuch für den Grünen See nicht vergessen. 7 Abstieg über Riatsch.

Höhenmeter: ↑ 200 m ↓ 500 m | **Gehzeit:** ca. 4 Std.



Plamorterboden

38 Wanderung von der Bergstation Bergkastel-Seilbahn zur Hochmoorfläche mit uralten Zirbenwäldern auf über 2.000 m mit grandiosem Blick auf die „höchste Spitze von Tirol“ dem Ortler mit 3.905 m! 2a Abstieg nach Reschen und zu Fuß oder mit dem Postauto nach Nauders.

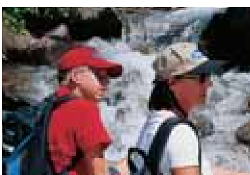
Höhenmeter: ↑ 50 m ↓ 800 m | **Gehzeit:** ca. 4 Std.



Etschquelle und Stillebach-Ursprung

27 Über die Blumenwiesen Martannes zum Kompatschhof und zur Etschquelle oberhalb von Reschen. 26 Zurück dem Stillebach entlang nach Nauders.

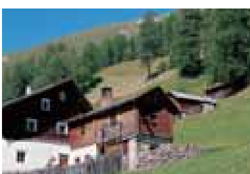
Höhenmeter: ↑ 300 m ↓ 300 m | **Gehzeit:** ca. 4,5 Std.



Höfewanderung Stables – Novelles

Über den alten Weg zum höchst gelegenen Nauderer Bergbauernhof Stables auf über 1.960 m 25 und weiter zum Novelleshof zur gemütlichen Einkehr. Abstieg 18.

Höhenmeter: ↑ 500 m ↓ 500 m | **Gehzeit:** ca. 3,5 Std.



BERGTOUREN „ROT“ (mittelschwer)

Nauderer Höhenweg

Auffahrt mit der Berkastelbahn. Von der Bergstation 30 Panoramawanderung hoch über Nauders – 14 km an der Waldgrenze von der Bergkastel-Seilbahn bis zur Labaunalm. 14 Abstieg über den Parditschof.

Höhenmeter: ↑ 400 m ↓ 700 m | **Gehzeit:** ca. 7 Std.



Schmalzkopf 2.728m

14 Aufstieg zum wunderbar gelegenen Parditschhof. Weiter über die bewirtschaftete Labaunalm bis hinauf zum herrlichen Aussichtsgipfel Schmalzkopf 2.728 m

Höhenmeter: ↑ 1300 m ↓ 1300 m | **Gehzeit:** ca. 6 Std.



Edelweißwanderung – Fluchtwand 2.328 m

14 Von Parditsch zur Labaunalm. 15 Weiter über die Bergwiesen zum Hochleger und über die Edelweißwiesen zur Fluchtwand. 14 Abstieg über steilen Almboden nach Parditsch.

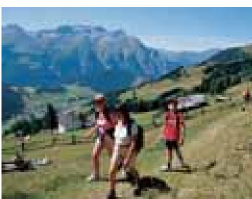
Höhenmeter: ↑ 960 m ↓ 960 m | **Gehzeit:** ca. 7 Std.



Zum Gipfelkreuz auf die Ebene 2.555 m

25 Von Nauders zum feuchten Schrofen durch das Wassertal nach Stables – über Bergwiesen weiter zum Stableshochboden. Nach einer gemütlichen Rast den Gipfelanstieg zum Gipfelkreuz der Ebene.

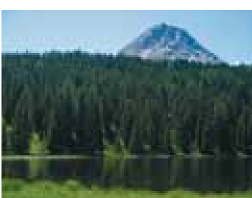
Höhenmeter: ↑ 1.100 m ↓ 1.100 m | **Gehzeit:** 7–8 Std.

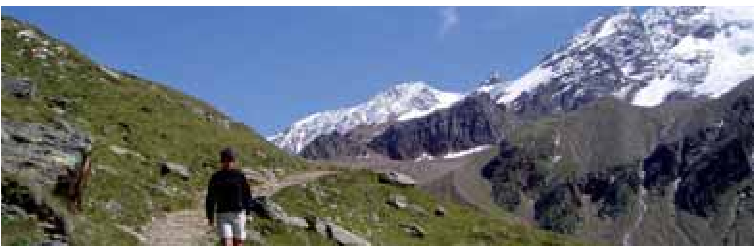


Panoramahöhenweg zum Dreiländergrenzstein

Auffahrt mit der Sesselbahn zum Kleinen Mutzkopf 9 Weiter zum Schwarzen See und zum Grünen See. 5 Von dort dem Weg 6 folgend Richtung Großer Mutzkopf 47 und zum Dreiländergrenzstein.

Höhenmeter: ↑ 300 m ↓ 700 m | **Gehzeit:** 5–6 Std.







BERGTOUREN „ROT“ (mittelschwer)

Gipfeltour Mataunkopf 2.895 m

Aufstieg von der Bergstation der Bergkastel-Seilbahn über Ganderbild (20), Goldseen, Pedrosscharte (32) zum Gipfel des Mataunkopf. Abstieg durch das Seletztal – Goldseehütte nach Nauders.

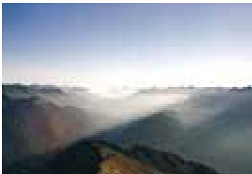
Höhenmeter: ↑ 1.000 m ↓ 1.600 m | **Gehzeit:** ca. 8 Std.



Schartlkopf 2.810 m

Durch das steile Gamortal (17) zum Schartlkopf 2.721 m. Abstieg über Ebene (25) zum Novelleshof (Einkehrmöglichkeit) und von dort zurück nach Nauders.

Höhenmeter: ↑ 1.450 m ↓ 1.450 m | **Gehzeit:** ca. 8 Std.



HOCHGEBIRGSTOUREN (schwierig)

Achtung! Für diese Touren empfehlen wir einen Bergführer. Hochgebirgserfahrung ist erforderlich.

Klopaierspitze 2.918 m

Der westlichste Gipfel der Ötztaler Alpen mit grandioser Aussicht! Aufstieg von der Bergstation Bergkastel, weglos und mit leichter Kletterei zum Gipfel. Alternativ- Aufstieg von Reschen über den Klopaierhof, einem „markierten Weg“ folgend, der ebenfalls steil und schwierig zu gehen ist.

↑ 1.400 m – über Klopaierhof | **Gehzeit:** ca. 7 Std.

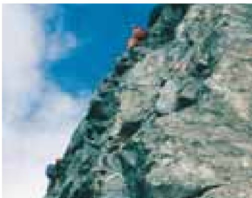
↑ 900 m – über Bergkastelbergst. | **Gehzeit:** ca. 5,5 Std.



Plamorterspitze 2.982 m

Über den Bergkastelboden durch das Blockkar und zuletzt mit leichter Kletterei zum Gipfel. Besteigung auch über den Klettersteig „Tiroler Weg“ möglich, Auffahrt und Abfahrt mit der Seilbahn.

Höhenmeter: ↑ 800 m ↓ 800 m | **Gehzeit:** ca. 6 Std.



Gletscherwanderung Suldenferner

Auffahrt mit der Seilbahn zur Schaubachhütte auf 2.610 m. Wanderung zum Suldenferner. Am Ferner dann Interessantes über Glaziologie. Verhalten im Hochgebirge – Fotografieren in und um Gletscherspalten!

Höhenmeter: ↑ 500 m ↓ 500 m | **Gehzeit:** ca. 5 Std.



Goaßpleisenkopf 2.721 m

Steiler Aufstieg durchs Gamortal zum Goaßpleisenkopf 2.721 m und etwas sanfter abwärts zur Labaunalm. Gems- und Murmeltierrevier!

Höhenmeter: ↑ 1300 m ↓ 1300 m | **Gehzeit:** ca. 7 Std.



Piz Mundin 3.146 m

Gewaltiger Gratberg westlich von Nauders mit herrlichem Blick auf das Hochplateau vom Reschenpass! Weglos und schwierig zum Gehen mit leichter Gratkletterei!

Höhenmeter: ↑ 1100 m ↓ 1100 m | **Gehzeit:** ca. 6,5 Std.



Ganderbildspitze 2.890 m

Durch das Ganderbild, vorbei an den Goldseen über ein steiles Kar zum Gipfel.

Höhenmeter: ↑ 700 m ↓ 700 m | **Gehzeit:** ca. 5 Std.



Nauderer Hennesiegel 3.042 m

Der höchste Nauderer Gipfel mit Aufstieg vom Langtauferer Tal. Gems- und Murmeltierrevier!

Höhenmeter: ↑ 1.200 m ↓ 1.200 m | **Gehzeit:** ca. 7 Std.



Gletschertour zum Rauhen Kopf 2.989 m

Fahrt zum Gepatschhaus 1925m im Kaunertal, Aufstieg zuerst durch lichten Zirmwald und dann auf der östlichen Moräne des Gepatschferners und schließlich den Gletscher unterhalb der Eisbrüche querend zur Rauhkopfhütte auf 2731m. Von der Hütte zum Gipfel teilweise über Eis und Steine. Abstieg bis zum Gletscher wie Aufstieg- dann über die ganze Zunge des Gepatschferners bis zum Fernergries.

Höhenmeter: ↑ 1.100 m ↓ 1.100 m | **Gehzeit:** ca. 6,5 Std.



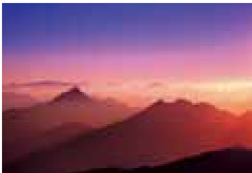


REGIONALE WANDERHIGHLIGHTS

Sonnenuntergangswanderung zum Piengkopf

Auffahrt mit der Seilbahn. Von der Bergstation Bergkastel in Richtung „Gaisloch", von dort führt eine leichte Gratwanderung zum Gipfelkreuz (2.789 m).

Höhenmeter: ↑ 600 m ↓ 600 m | **Gehzeit:** ca. 4 Std.



Uinaschlucht – in Fels gehauener Schmugglerweg

Übergang vom Vinschgau (Italien) ins Engadin (CH) Ausgangspunkt unserer Wanderung ist Schlinig in Südtirol. Wanderung über die Sesvennahütte und den Schlinigpass 2.295 m, auf dem aus dem Fels gehauenen Schmugglersteig hinunter zur Alm Uina Dadaint und weiter bis nach Sur En.

Höhenmeter: ↑ 560 m ↓ 1200 m | **Gehzeit:** 6 Std.



Pfundser Klammsteig

Wildromantische Schlucht entlang des Radurschelbaches zum „Kalten Wirt", weiter zur St. Ulrichskirche bis zur Greiter Mühle, die wir anschließend besichtigen.

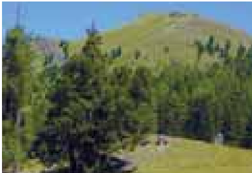
Höhenmeter: ↑ 500 m ↓ 500 m | **Gehzeit:** ca. 4,5 Std.



S-Charl

Fahrt nach S-charl. Rundwanderung durch einen uralten Zirbenwald (Tarmanguer Wald) bis zur bewirtschafteten Alp Astras (2.135 m).

Höhenmeter: ↑ 350 m ↓ 350 m | **Gehzeit:** ca. 4,5 Std.



Sonnenaufgangswanderung zum Piz Lad 2.808 m

Fahrt bis zur Reschenalm mit dem Auto. Anstieg über eine Militärstraße und einen schmalen Pfad (5) zum Dreiländergipfel Piz Lad 2.808 m. Abstieg über eine leichte Gratwanderung durch das Steinbockrevier bis zum Ausgangspunkt.

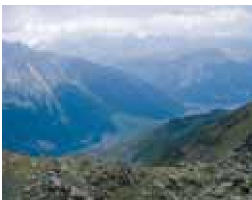
Höhenmeter: ↑ 810 m ↓ 810 m | **Gehzeit:** ca. 5 Std.



Höhenweg Schöneben – Haideralm

Von der Bergstation Schöneben 2.118 m wandern wir auf dem Steig (14) der Waldgrenze entlang bis zur Haideralm 2.120 m (Mittagsrast). Abstieg durch den Wald nach St. Valentin.

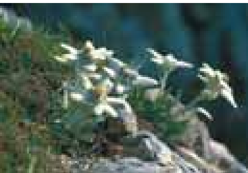
Höhenmeter: ↑ 200 m ↓ 730 m | **Gehzeit:** ca. 4,5 Std.



Endkopf 2.652 m

Aufstieg von Graun (10) zur Grauner Alm (Einkehr) und weiter zum Endkopf, auch Joggl genannt. Rückwanderung auf dem selben Weg.

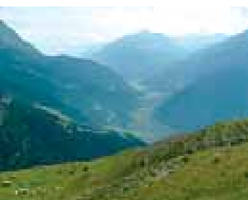
Höhenmeter: ↑ 1200 m ↓ 1250 m | **Gehzeit:** ca. 7 Std.



Langtauferer Höhenweg

Vom Wieshof auf gut markiertem Steig zum Samerboden 2.580 m. Weiter dem Langtauferer Höhenweg (4) folgend bis zur Schäferhütte 2.275 m. Abstieg auf steilem Steig zurück zum Wieshof.

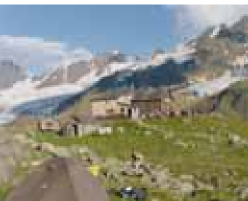
Höhenmeter: ↑ 350 m ↓ 350 m | **Gehzeit:** ca. 4,5 Std.



Rundwanderung Weißkugelhütte

Aufstieg von Melag auf der Sonnenseite zur Weißkugelhütte (2). Herrlicher Blick auf die Eisgiganten der Ötztaler Alpen. Abstieg über Rand-und Endmoränen des Langtauferer- und Bärenbartferners zur Melageralm.

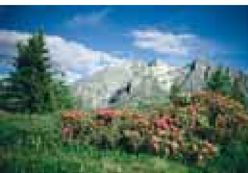
Höhenmeter: ↑ 630 m ↓ 630 m | **Gehzeit:** ca. 6 Std.



Muttler 3.294 m

Der höchste Gipfel rund um Nauders mit dem schönsten Blick auf das Dorf Nauders!
Auf- und Abstieg von Samnaun.

Höhenmeter: ↑ 1.450 m ↓ 1.450 m | **Gehzeit:** ca. 7 Std.



Bergkastelspitze 2.912 m

Der Nauderer Hausberg – gleichnamig mit unserem Skigebiet. Von der Seilbahnbergstation durch das Ganderbild zu den Goldseen und auf steilem Weg zum Gipfel. Murmeltier- und Gemsrevier!

Höhenmeter: ↑ 800 m ↓ 800 m | **Gehzeit:** ca. 6 Std.



Piz Alpetta 2.975 m

Von der Alp Tea zur Aussichtskanzel über das Inntal, Engadin und Reschenpass. Leichte Kletterei am Gipfel.

Höhenmeter: ↑ 1.000 m ↓ 1.000 m | **Gehzeit:** ca. 6 Std.



Sonnenuntergang am Bergkastel

Bergabendprogramm jeden Dienstag

Leichte Sonnenuntergangswanderung

durch uralten Zirbenwald zum Bergkastel-Almboden. Auffahrt mit der Seilbahn um 18.00 Uhr, Wanderung nach dem Essen und dann gemütliches Abendprogramm! Bei der Abfahrt mit der Seilbahn genießen wir Nauders bei Nacht!



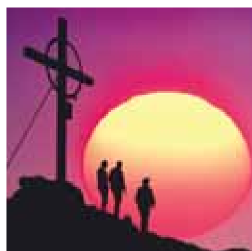
Abendwanderung zum Sonnenuntergang am Piengkopf 2.808 m

Auffahrt mit der Seilbahn um 15.00 Uhr – beim Abstieg genießen wir die Sonnenuntergangsstimmung, bevor wir dann am Bergabendprogramm teilnehmen!

Mitterkopf 2.812 m an der Bergkastelspitze

Auffahrt mit der Seilbahn um 15.00 Uhr, dann Aufstieg der Zirmbahn entlang und weglos und mit leichter Blockkletterei weiter über den Nordgrat der Bergkastelspitze bis zum Mitterkopf. Beim Sonnenuntergang steigen wir ab und genießen das Abendprogramm auf Bergkastel!

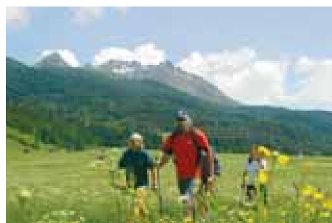
Höhenmeter: ↥ 700 m ↧ 700 m	**Gehzeit:** ca. 4,5 Std.



1. TIROLER LAUFREGION

Nauders hat sich in der Ferienregion Reschenpass zum Laufparadies im Dreiländereck entwickelt. Durch die Initiative von begeisterten einheimischen Läufern wurden insgesamt 7 verschiedene Laufrouten in allen Schwierigkeitsgraden ausgearbeitet, beschrieben und beschildert. Die ideale Höhenlage von Nauders und seiner Umgebung bietet gesundes, alpines Reizklima, in der Laufen besonders Spaß macht. Ideal für Hobbyläufer, aber auch ambitionierte Sportläufer finden auf den Laufstrecken garantiert ihren richtigen Tritt. Besonders gut aufgehoben sind Läufer in den Nauderer Laufprofi-Beherbergungsbetrieben. Dort kennt der „Chef des Hauses“ die schönsten Strecken persönlich und wird nicht mit Insider-Tipps sparen.





GRENZENLOS – NORDIC-WALKEN

Alle Laufstrecken eignen sich auch zum Nordic Walking, je nach Laufprofil. Auf ca. 43 km aller Schwierigkeitsgrade und mit insgesamt ca. 2.150 Meter Höhendifferenz kann man in der Umgebung von Nauders diesen Trendsport betreiben. Idealer Sport in freier Natur mit Betätigung für 90% unserer Muskulatur!

- ***Geführte Nordic-Walking-Tour für Einsteiger entnehmen Sie dem aktuellen Wander-Aktivprogramm!***

GRENZENLOS – BIKEN

Die Dreiländer Rad- und Bikearena rund um Nauders ist wahrhaft großartig. Mit über 2.200 km Touren und 80.000 Höhenmeter ist sie die größte der Alpen. Hier vereinen sich die Vorzüge dreier Länder zum perfekten Bike-Erlebnis. Wer kennt nicht die Highlights welche jedes Bikerherz höher schlagen lassen wie: das Val d'Uina, das Matrischjoch, den Tarscher Pass, die Naturnser Alm und, und, und. Als Gegensatz zu den Extremklassikern und anspruchsvollen Routen laden zahlreiche gemässigte Radtouren ein, die herrliche Landschaft zu „erfahren“. Wie eine Rundfahrt um den Reschensee oder am Radweg „Via Claudia Augusta“. Für Rennradfahrer ist alleine das Stilfserjoch einen Urlaub wert und er ist nur einer von vielen Traumpässen der Region .

- ***Geführte Bike-Touren für Einsteiger und Familien entnehmen Sie dem aktuellen Wander-Aktivprogramm!***





***Alpinsport Oberland**, Karl Klinec,*
Haus-Nr. 255, A-6543 Nauders
Tel.: 0043-(0)5473-87681
www.alpinsportoberland.com

Helli Klinec - Action Guide
Bundesstraße 354, A-6543 Nauders
Tel.: 0043-(0)664-3003517
www.action-guide.at

Privat- u. Erlebnisschule Nauders 3000
Tanja Pedrolini
Dr.-Tschiggfrey-Straße 26
Tel.: 0043-(0)664-5354764
www.nauders3000.at

